



お役立ちガイド 他機関からのお知らせ

11月の薬湯 ～柿の葉湯～

ビタミン豊富な柿の葉が、細菌やウイルスに勝つ免疫力を高め、風邪や感染症を予防するといわれています。  
**時** 11月3日(祝)  
**場** 庚申湯・松の湯・みどり湯・ゆパウザ  
 ※小学生以下は入浴無料(保護者同伴)  
**問** 西東京市公衆浴場会  
 (庚申湯 ☎042-465-0261)

西東京創業支援・経営革新相談センター

◆特別相談(相談無料・要予約)  
 中小企業診断士などが、創業に関する相談のほか、すでに事業を営んでいる方のために経営全般の悩みや人材育成・労務・販路開拓などに関する相談について、個別に対応します。  
 ◆中小企業診断士などによる経営講習会(無料・要予約)  
 ◇テーマ  
**「エクセルを使った経営改善講習会」**  
**時** 11月26日(火)午後2時～4時  
**場** イングビル3階(南町5-6-18)  
**内** エクセルを活用した経営改善、そのほか、エクセルの表操作の関数やグラフ作成、セルコントロールなど押さえておきたいテクニックも伝授します。  
 ※本セミナーに使用するエクセルはExcel2010です。  
 ◆創業資金融資あっせん制度事前診断  
 西東京市創業資金融資あっせん制度をお申し込みの際には、当センターの経営診断を受けて創業計画書を作成する必要

があります。ご予約のある方はお問い合わせください。  
 ※パソコン個別指導は終了しました。  
**問** 西東京創業支援・経営革新相談センター(南町5-6-18イングビル3階西東京商工会内 ☎042-461-6611)  
**HP** <http://www.nishitokyo-souyou.net/>  
**問** 西東京商工会(☎042-424-3600)

ふれあいのまちづくり事業・ふれサポ大募集!

社会福祉協議会では、お互いに助け合い、こころのふれ合う、安心して暮らせるまちづくりを目指して、小学校区域ごとにふれあいのまちづくり住民懇談会を組織し、隣近所の身近なつながりづくりを進めています。  
 今回、この活動にご協力いただく「ふれサポ(ふれまちサポーター)」を募集しますので、説明会にご参加ください。  
 □説明会  
**時** 11月18日(月)午後2時～4時30分  
**場** 防災センター6階  
**申** 電話・ファクスで11月13日(水)午後5時までに下記へ申し込み(ファクスの場合、氏名・住所・電話番号を明記)。  
**問** 西東京市社会福祉協議会地域福祉課(☎042-438-3771・FAX042-438-3772)

東京都最低賃金改正

東京都最低賃金(地域別最低賃金)は、時間額869円(引上額19円)に改正され、平成25年10月19日から発効しました。  
 都内で労働者を使用するすべての事業

場および同事業場で働くすべての労働者(都内の事業場に派遣中の労働者を含む)に適用されます。  
 一部の業種については、別に定める特定(産業別)最低賃金が適用されます。  
**問** 東京労働局賃金課(☎03-3512-1614)または最低賃金総合相談支援センター(☎03-3543-6326)

在宅栄養士研修会「きちんと理解していますか?健康食品の正しい知識と付き合い方」

**時** 12月2日(月)午前10時～正午  
**場** 多摩小平保健所(小平市花小金井1-31-24)  
**対** 管内にお住まいの管理栄養士または栄養士の資格をお持ちの方で、現在、管理栄養士または栄養士として常勤の職に就いていない方  
**料** 無料  
**申** 電話またはファクスで、11月25日(月)までに下記へ  
**問** 多摩小平保健所生活環境安全課(☎042-450-3111・FAX042-450-3261)

国立ハンセン病資料館秋季企画展「想いでできた土地 多磨全生園の記憶・暮らし・望みをめぐる」開催中

**時** 10月5日(土)～12月27日(金)午前9時30分～午後4時30分(入館は午後4時まで)  
 ※月曜日休館(月曜日が祝日の場合はその翌日)  
**場** 国立ハンセン病資料館(東村山市青葉

町4-1-13)  
**内** 多磨全生園は入所者にとって、生きてきた記憶を刻み、現在のくらしや将来への望みを込めている場所です。その中から「史跡」と「日常生活と医療の場」63カ所をご紹介します。  
**問** 国立ハンセン病資料館(☎042-396-2909)  
**HP** <http://www.hansen-dis.jp>

無料調停相談会

土地建物、金銭債務、交通事故などのめめ事や家庭内や親族間のめめ事について、裁判所の調停委員が相談に応じます。  
**時** 11月16日(土)午前10時～午後3時30分  
**場** 武蔵野公会堂(武蔵野市吉祥寺南町1-6-22)  
**申** 当日、直接会場へ(先着順)  
**問** 東京民事調停協会(☎080-8898-3323)

マナーキッズテニス教室

**時** 12月15日(日)午前10時30分～正午(雨天決行)  
**場** 早稲田大学東伏見屋内コート  
**対** 幼稚園年少～小学6年生  
**定** 40人(申込順)  
**料** 1,000円  
**申** 往復はがきで、住所・氏名・年齢(学年)・学校名・電話番号・メールアドレスを明記のうえ下記へ  
**問** 早稲田大学庭球部(T202-0021東伏見3-5-27・田中 ☎080-5470-6951)

西東京市プレミアム商品券を11月17日(日)に販売!

西東京商工会では、市内の消費喚起のため、10%プレミアム付き商品券を販売します。  
**販売日時** 11月17日(日)午前10時～午後3時(保谷こもれびホールは午後7時まで) ※完売次第終了  
**販売場所** 市内17カ所  
**発行総額** 2億2,000万円  
**販売価格** 1セット1万円(500円券×22枚)  
**購入限度額** 1人3セット(3万円)まで  
**有効期間** 11月17日(日)～平成26年1月31日(金)  
**取扱店舗** 約710店  
 ※詳しくは、市報11月1日号折り込みのパンフレット、または西東京商工会HPをご覧ください。  
**問** 西東京商工会(☎042-424-3600)  
**HP** <http://www.nishitokyo-shokokai.jp>  
 ◆産業振興課(☎042-438-4041)

無料市民相談

一般市民相談	場所	日時
市民相談室 田・保	田・保	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時

■専門相談(予約制)  
**申** 11月6日(水)午前8時30分から希望する庁舎の市民相談室へ直接または電話(★印は、10月17日(水)から受付中)  
 予約開始日は大変混み合いますので、ご了承ください。  
**問** 田無庁舎2階市民相談室(☎042-460-9805)  
 保谷庁舎1階市民相談室(☎042-438-4000)

内容	場所	日時
法律相談	田	11月14日(水)・15日(木)・21日(水) 午前9時～正午
	保	11月12日(火)・13日(水)・19日(火)・20日(水) 午後1時30分～4時30分
人権・身の上相談	田	12月5日(水)
	保	11月28日(水)
税務相談	田	11月8日(金)
	保	11月15日(金)
不動産相談	田	11月21日(水)
	保	★11月14日(水)
登記相談	田	★11月14日(水)
	保	★11月21日(水)
表示登記相談	田	★11月14日(水)
	保	★11月21日(水)
交通事故相談	田	★11月13日(水)
	保	11月27日(水)
年金・労災・雇用保険 人事一般相談	保	★11月11日(月)
行政相談	保	★11月7日(水)
相続・遺言・ 成年後見等手続相談	田	12月4日(水)

ごみの出し方ワンポイント

◆生ごみ「一次処理物」リサイクルモデル事業の参加者募集  
 可燃ごみの約40%は生ごみです。生ごみは水分が多く、生ごみ処理機などで「一次処理」すれば焼却処理をせずに減量・資源化することができます。  
 市では、家庭で堆肥として使い切れない「一次処理物」を回収し、土壌改良資材などにリサイクルするモデル事業を平成24年8月から実施しています。現在、約60世帯の方に協力していただき、1週間に1回定期的に市で無料回収し、月平均100kg程度を回収しています。  
 可燃ごみの減量に積極的に協力していただける方は、この機会にぜひご参加ください。内容の説明および申し込みは随時受け付けています。  
 ※一次処理物とは?…生ごみ処理機などで処理したもの。また水切りし自然

乾燥した生ごみも回収可能です。  
 ◆不燃ごみの減量にご協力を!  
 市民の皆様のご協力で西東京市は多摩地域で2番目に家庭ごみが少ない市です。しかし、不燃ごみは、多摩平均値を上回り早急な減量施策が必要のため、これまで不燃ごみで収集していたゲーム機、デジタルカメラ、電卓、電子辞書など小型家電類を10月から分別資源化しました。市では、インクカートリッジ(市内9施設)、小型充電式電池(田無庁舎・エコプラザ2カ所)も分別資源化していますので不燃ごみの減量にご協力をお願いします。  
 ※設置場所など詳細は、市HP、「西東京市ごみ・資源物収集カレンダー」をご覧ください。  
 ◆ごみ減量推進課(☎042-438-4043)